

8 Сентября

Меню

Стоимость выход ккал белки жиры Угл-ды

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Плоды свежие /яблоко/	100	47	0,4	0,4	9,8
Овощные палочки из огурцов	100	25	0,7	0,1	1,9
Яйцо под соусом переменка	48/10	130	6,38	11,25	0,75

Бутерброд с сыром

30/15 131 6,19 4,86 15,42

ОБЕД

Щи из свежей капусты с сметаной

250/10 91 1,81 5,19 8,94

ВТОВЫЕ БЛЮДА

Рыба запечённая с сыром

90/5/5 156 19,68 7,06 3,37

Блинчики со стужённым молоком

180/20 390 11,34 8,39 66,9

Плов с куриными грудками

400/50 426 15,44 19,29 45,88

Тефтели куриные лакомка

60/40 196 10,85 14,34 5,79

Голень запечённая

90 319 32,75 24,68 1,57

ГАРНИРЫ

Рис отварной

180 269 4,60 6,52 48,01

Макароньы отварные

180 209 6,72 4,64 35,16

Овощная смесь

100 80 3,55 3,72 8,88

Каша гречневая рассыпчатая

180 291 7,94 6,47 50,24

НАПИТКИ

Чай с сахаром, лимоном

200/8/7 80 0,063 0,067 3,19

Компот из яблок и абрикосов

200 52 0,100 0,100 12,43

Хлеб ржаной-пшеничный

39 20/20 67 1,5 0,1 2,84

КОМПЛЕКС фруктовый

200 73 1,45 7,15 4,44

Щи из свежей капусты

200 73 1,45 7,15 4,44

Эт. пельмени с говядиной

200 73 1,45 7,15 4,44

Чай с сахаром

200/8 80 0,063 0,067 3,19

Жаловулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

